

Школа	МОУ-СОШ №5 г. Унеча		Отд./корп						День	22.04.2024
Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы	
Завтрак	гор.блюдо	302	Каша гречневая рассыпчатая	150	10,72	243.75	2.96	2.56	2.44	
	гор.напиток	379	Чай с лимоном	200	3,30	100	0.06	5.81	0.11	
	хлеб	1	Хлеб пшеничный	30	2,34	72.8	2.58	0.24	14.21	
	гор.блюдо	250	Бестрогонов	65	37,23	237	12.83	14.8	112	
Завтрак 2	фрукты	338	Мандарин	130	26,65	67	0.1	0.32	14	
Обед	закуска									
	1 блюдо	98	Суп с рисом и курицей	200	19,61	93	2.35	2.8	16.78	
	2 блюдо	288	Птица отварная(бедро)	75	32,84	120	26	16	11.76	
	гарнир	309	Макарон отварной с маслом	150	9,09	169	5.1	7.5	11.76	
	сладкое									
	хлеб бел.	1	Хлеб ржаной	30	1,92	136	2	1	15	
	хлеб черн.	343	Компот из смеси свежих плодов	200	6,54	45	0	0	11	
		338	Банан	80	15	86	1.4	1	14.2	